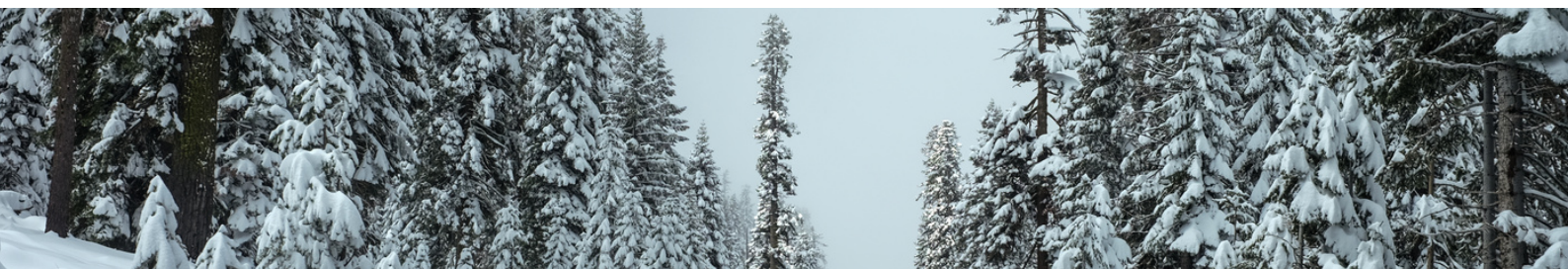


OCHOTweek

LUTY 2021 | NR02

Biuletyn Ośrodka Dziennego Pobytu i Rehabilitacji Społecznej Osób z Niepełnosprawnością



Z ŻYCIA OŚRODKA

Praca zdalna



W GŁĘB WYOBRAŹNI

Muzyka często pozwala nam się zrelaksować. Na pewno niektórzy słuchając utworów muzycznych wyobrażają sobie obrazy, które przychodzą im do głowy pod wpływem danej piosenki.

Zadaniem uczestników było stworzenie ilustracji do utworu muzycznego, bądź namalowanie obrazu kojarzącego się z wybranym utworem. Takie ćwiczenie pozwala zajrzeć do swojej wyobraźni i zobaczyć ciekawe obrazy wytworzone przez nasz umysł. To także świetny sposób na relaks. Zachęcamy do zaglądania w swoje wyobrażenia!



ŚLADAMI PRĄSKICH RZEMIEŚNIKÓW

W lutym w ramach zorganizowanej aktywności w środowisku udaliśmy się na Pragę. Braliśmy udział w lekcji muzealnej online Muzeum Warszawy pt. Praskie zawody, czyli rzemieślnicza Praga. Z ogromną przyjemnością odkryliśmy warsztaty rzemieślnicze ukryte w bramach i suterrenach kamienic i poznaliśmy ludzi z pasją i fachem w ręku.



Fot. Styl Warszawski/ Paweł Ryżko

MARZENIA W PRACOWNI KOMPUTEROWEJ

Kiedy powstał komputer i kto go stworzył? Nie ma prostych odpowiedzi na te pytania. Z materiałów edukacyjnych z pracowni komputerowej uczestnicy dowiedzieli się jakie trzy osoby, przyczyniły się do wynalezienia komputerów. Żyli oni w tak dawnych czasach, że o komputerach mogli tylko marzyć... Ale od marzeń zaczynają się wszystkie ważne wynalazki! Zadaniem dla uczestników było także zastanowienie się nad tym, co należałoby jeszcze wynaleźć, by żyło nam się wygodniej i lepiej.



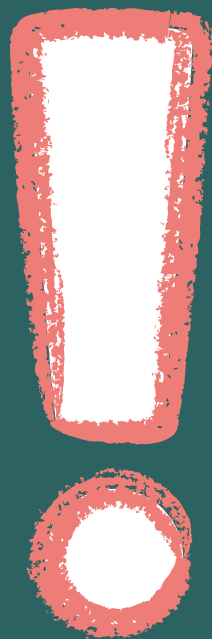
PODARUJ NAM SWÓJ 1% PODATKU
NUMER KRS: 00000 800 10



Z OSTATNIEJ CHWILI

Wojewoda Mazowiecki decyzją z października 2020 roku polecił do odwołania zawiesić działalność m.in. w naszym Ośrodku. Decyzja ta dnia 19 lutego została uchylona, co oznacza, że możemy wrócić do pracy stacjonarnej w naszym Ośrodku.

Wojewoda Mazowiecki zwrócił się do Mazowieckiego Państwowego Wojewódzkiego Inspektora Sanitarnego w sprawie rekomendacji dotyczących wznowienia działalności w trybie stacjonarnym w takich placówkach, jak nasza. W odpowiedzi Mazowiecki Państwowy Wojewódzki Inspektor Sanitarny zalecił zastosowanie się do „Rekomendacji dotyczących działalności placówek pobytu dziennego” opracowanych przez Ministerstwo Rodziny i Polityki Społecznej, Ministerstwo Zdrowia oraz Państwową Inspekcję Sanitarną. Rekomendacje te dostępne są na naszej stronie internetowej w zakładce Reżim sanitarny.



PROJEKT PFRON BEZPIECZNE WTZ

Nasz Ośrodek brał udział w projekcie „Bezpieczne WTZ i rehabilitacja społeczno-zawodowa osób z niepełno-sprawnościami” Działanie 2.8 Rozwój usług społecznych świadczonych w środowisku lokalnych Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój 2014-2020 organizowanego przez Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Udział w projekcie umożliwił nam zakup środków ochrony zdrowia i życia dla uczestników zajęć oraz zatrudnionych w Ośrodku pracowników, jak i innych osób zaangażowanych w bezpośrednią pracę z osobami z niepełnosprawnościami, w sytuacji zagrożenia COVID-19. Zakupiliśmy .min. automatyczne dozowniki do płynu dezynfekującego oraz mydła, jak również podajniki do ręczników papierowych.



PODARUJ NAM SWÓJ 1% PODATKU
NUMER KRS: 00000 800 10



OGÓLNOPOLSKI DZIEŃ WALKI Z DEPRESJĄ

23 luty to Ogólnopolski Dzień Walki z Depresją

Depresja to coś więcej niż smutek. Jeśli podejrzewasz u siebie depresję poszukaj pomocy! Uczestnikom Ośrodka przypominamy, że zawsze, gdy dzieje się coś złego, trudnego w życiu możecie poprosić członków kadry o pomoc. Najpierw skontaktuj się ze swoim Pracownikiem Kluczowym, on na pewno pomoże lub doradzi, gdzie poszukać pomocy! Pamiętaj też o pani psycholog, do której zawsze możesz zadzwonić lub napisać wiadomość. Pamiętaj, nie musisz być sam ze swoimi problemami! Dla nas jesteś WAŻNY/ WAŻNA!



CIEKAWOSTKI Z PRACOWNI GOSPODARSTWA DOMOWEGO



Przeciwutleniacze to magiczne cząsteczki, które chronią nas przed rakiem, chorobami serca, chorobami oczu, utratą pamięci i mnóstwem innych dolegliwości.

Borówki zawierają ich więcej niż inne przebadane owoce i warzywa. Borówka jest też jedynym niebieskim, naturalnym produktem spożywczym. Owoce te najlepiej zjadać na surowo, bez podgrzewania, gdyż wysoka temperatura niszczy cenną witaminę C.

Ciekawostką jest, że borówki to jedne z niewielu owoców, które można mrozić bez obawy, że po rozmrożeniu utracą swój kształt i walory estetyczne. Niestety, na krajowe borówki musimy poczekać do czerwca.



ul. Majewskiego 34

tel. 22 823 65 61

ochota@otwartedrzwi.pl